

# REGULAMIN ŁEMKOWYNA ULTRA-TRAIL® 100



## 1. CHARAKTER ZAWODÓW

Zawody Łemkowna Ultra-Trail® 150 mają charakter biegu górskiego po trasie wyznaczonej w większości szlakiem turystycznym (Główny Szlak Beskidzki). Zawody polegają na przebiegnięciu (przejściu) całej trasy o własnych siłach na czas. Zawody mają charakter wydarzenia organizowanego na obiektach sportowych na otwartym powietrzu.

## 2. ORGANIZATOR

Organizatorem Zawodów jest FUNDACJA ULTRA, ul. Parkowa 19/14, 38 - 400 Krosno  
KRS: 0000592521, NIP: 6842642133, REGON: 363263072

## 3. TERMIN, MIEJSCE, PROGRAM

Zawody odbędą się w dniach 14-16 maja 2021 roku.

Biuro zawodów – Krynica – Zdrój, 14.05.2021, g. 13:00 – 15.05.2021, g. 1:00

Start – Krynica – Zdrój, 15.05.2021, g. 2:00-2:30 (start w grupach 4-osobowych, co 30 sekund)

Meta – Iwonicz - Zdrój – zamknięcie: 16.05.2021, g. 00:30

## TRASA

Zawody odbędą się na trasie wytyczonej w przeważającej części Głównym Szlakiem Beskidzkim od Krynicy-Zdroju do Iwonicza-Zdroju.

Dystans: ok. 103 km

Przewyższenie: +4460m/-4660m

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu lub zmiany powyższych parametrów trasy ze względu na zalecenia instytucji publicznych lub bezpieczeństwo uczestników, a także działania siły wyższej uniemożliwiającej lub w sposób nadmierny utrudniającej odbycie Zawodów na zaplanowanej trasie. Jednocześnie organizator dołoży wszelkich starań, by zmiany te zminimalizować.

## PUNKTY KONTROLNE I ODŻYWCZE

Na trasie rozstawionych będzie 4 punkty odżywcze, z których co najmniej 2 będą jednocześnie punktami pomiaru czasu. Na punktach pomiaru czasu odnotowywany będzie czas przybycia zawodników.

Ponadto Organizator zastrzega sobie prawo do organizacji dodatkowych punktów odżywczych i kontrolnych, które mogą przemieszczać się po całej trasie.

Szczegółowa rozpiska punktów odżywczych i kontrolnych zostanie podana nie później niż na miesiąc przed Zawodami.

## LIMITY

Na całej trasie obowiązuje limit 22 godzin.

Limity czasowe obowiązujące na punktach odżywczych zostaną podane nie później niż na miesiąc przed startem.

Limit zgłoszeń wynosi 200 osób.

Ponadto organizator zastrzega sobie prawo do dodania 15 osób z puli organizatora.

## UCZESTNICTWO

Aby wziąć udział w Zawodach Łemkowyna Ultra-Trail® 100 należy być w dobrej kondycji fizycznej, bardzo dobrym stanie zdrowia (bez przeciwwskazań do uprawiania górskich biegów na dystansach ultra) oraz posiadać niezbędne doświadczenie w biegach górskich.

Formalnymi warunkami uczestnictwa są:

- 1) zaakceptowanie Regulaminu i rejestracja za pomocą formularza zgłoszeniowego
- 2) wylosowanie uczestnika w przypadku loterii miejsc na danej trasie
- 3) ukończone 18 lat najpóźniej w dniu 14 maja 2021 roku
- 4) wniesienie opłaty startowej w ciągu 6 dni od daty rejestracji
- 5) osobiste odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów w wyznaczonych godzinach
- 6) podpisanie oświadczenia o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność
- 7) podpisanie oświadczenia wyrażającego zgodę na przetwarzanie danych osobowych uczestnika
- 8) podpisanie oświadczenia wyrażającego zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku uczestnika
- 9) stawianie się punktualnie na starcie z pełnym wyposażeniem obowiązkowym
- 10) pozytywne przejście weryfikacji obowiązkowego wyposażenia podczas odbioru pakietu startowego

Procedura rejestracji opisana jest szczegółowo na stronie: <http://www.ultralemkowyna.pl/zgloszenia>

Organizator zastrzega sobie prawo do anulowania zgłoszenia zawodnikowi, który został wcześniej zdyskwalifikowany na którejkolwiek z tras Łemkowyna Ultra-Trail® lub innych zawodach organizowanych przez Fundację Ultra. W takim przypadku opłata startowa do anulowanego zgłoszenia zostanie zwrócona wpłacającemu.

#### **ZASADY RYWALIZACJI**

Uczestnicy pokonują całą trasę wyłącznie pieszo poruszając się wyłącznie po wyznaczonej trasie.

Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów ustawy Prawo o ruchu drogowym. Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów Magurskiego Parku Narodowego oraz ogólnych zasad poruszania się na terenie parków narodowych w Polsce, a także przepisów obowiązujących na terenie lasów.

Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania zaleceń sanitarno-epidemiologicznych Organizatora oraz ogólnych nakazów sanitarnych panujących na terenie Polski. Obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia, niszczenia roślinności oraz innych działań niosących szkodę przyrodzie.

Obowiązuje całkowity zakaz zającowania, towarzyszenia osób trzecich na trasie. Zorganizowana pomoc dopuszczalna jest wyłącznie w miejscach wyznaczonych przez organizatora.

Numer startowy powinien być przymocowany z przodu ciała, w widocznym miejscu.

Zawodnicy będą klasyfikowani w kategorii damskiej i męskiej. Najlepsi zawodnicy otrzymają nagrody.

#### **PROTESTY, KARY, DYSKWALIFIKACJE**

Zawodnicy niestosujący się do przepisów regulaminu mogą zostać ukarani przez Organizatora upomnieniem, karą czasową lub dyskwalifikacją. Postępowanie w tej sprawie Organizator rozpoczyna w związku ze skutecznie wniesionym protestem lub z własnej inicjatywy.

Organizator dopuszcza możliwość zgłoszenia protestów dotyczących przebiegu rywalizacji do 72 godzin od zakończenia limitu czasu. Protest złożony musi być na piśmie lub drogą mailową. Warunkiem skuteczności wniesienia protestu jest wpłata wadium w wysokości 100 zł na konto Organizatora. W przypadku oczywistej bezzasadności protestu, nie będzie on rozpatrzony, wadium nie zostanie zwrócone, a jego kwota zostanie przeznaczona na cele dobroczynne. Osoba składająca protest wyraża zgodę na upublicznienie jego treści oraz swoich danych w postaci imienia i nazwiska.

O wymiarze kary decyduje Dyrektor Biegu lub osoba przez niego upoważniona, na podstawie wszystkich znanych okoliczności dotyczących naruszenia Regulaminu. Decyzja dotycząca ukarania zawodnika z chwilą jej ogłoszenia jest ostateczna, nie przysługuje odwołanie.

## **BEZPIECZEŃSTWO, WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE**

Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność, a w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą rościć żadnych pretensji wobec Organizatorów.

Przystępując do Zawodów każdy Uczestnik deklaruje, iż jego stan zdrowia pozwala na uczestniczenie w tego rodzaju aktywności fizycznej.

Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności na terenie biura oraz bazy zawodów, w strefie startu i mety, przy przekraczaniu dróg asfaltowych i torów, podczas poruszania się drogami asfaltowymi oraz do bezwzględnej podporządkowania się oznaczeniom ostrzegawczym Organizatora i poleceniom Policji oraz służby porządkowej Organizatora. Przy poruszaniu się drogami publicznymi zawodnicy zobowiązują się do poruszania się chodnikiem, a w drugiej kolejności lewym poboczem. Jeśli nie ma takiej możliwości należy poruszać się lewą stroną drogi i ustępować pojazdom poruszającym się po drodze.

Ze względów bezpieczeństwa, podczas rywalizacji, każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania wyposażenia obowiązkowego w postaci:

- 1) plecak/nerka
- 2) pojemnik na wodę o pojemności min. 1 litra (bidon/bukłak/butelka itp.)
- 3) kubek na wodę do nabierania napojów na punktach - min. 120ml (bidony i flaki nie będą akceptowane)
- 4) latarka czołowa z naładowanymi bateriami
- 5) zapasowa latarka z naładowanymi bateriami (latarki zintegrowane z telefonem lub innymi urządzeniami nie będą akceptowane)
- 6) folia NRC - minimalny rozmiar 140x200cm
- 7) gwizdek (może być wbudowany w plecak)
- 8) bandaż elastyczny + opatrunek jałowy
- 9) ważny dowód osobisty lub paszport
- 10) gotówka - minimum 50zł
- 11) naładowany telefon komórkowy, z aktywnym roamingiem, koniecznie wpisany numer alarmowy do Organizatora oraz numer GOPR
- 12) mapa trasy (papierowa, dostarczona przez organizatora)
- 13) numer startowy - w widocznym miejscu z przodu ciała
- 14) rękawiczki - pełne
- 15) czapka/chusta wielofunkcyjna
- 16) długie spodnie lub legginsy (akceptowane 3/4 wraz z długimi skarpetami - ważne, aby cała noga była przykryta)
- 17) bluza z długim rękawem – minimalna waga bluzy 180 g
- 18) kurtka przeciwdeszczowa z kapturem
- 19) buty odpowiednie do biegów górskich
- 20) tylna lampka świecąca światłem czerwonym (lampki w telefonach nie będą akceptowane)

Ponadto Organizator rekomenduje wgranie mapy lub śladu trasy do telefonu lub zegarka.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany listy wyposażenia obowiązkowego przed rozpoczęciem biegu. Ewentualne zmiany w wyposażeniu obowiązkowym zostaną opublikowane w komunikacie technicznym.

Brak któregośkolwiek z elementów wyposażenia obowiązkowego podczas Zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika (nie dotyczy gotówki, która może zostać wydana na trasie oraz materiałów medycznych, które mogą zostać użyte w uzasadnionych okolicznościach). Od zmroku do świtu, oświetlenie w kolorze czerwonym musi być włączone i umieszczone w widocznym miejscu z tyłu ciała lub na plecaku.

## **REZYGNACJA, KONTUZJE**

W przypadku ewentualnej chęci rezygnacji na trasie Zawodów, uczestnik powinien, w miarę możliwości, zrobić to w jednym z Punktów Kontrolnych, informując o tym fakcie obsługę Punktu. W przypadku braku takiej możliwości niezbędne jest telefoniczne poinformowanie Organizatora o rezygnacji pod numerem wskazanym w pakiecie startowym jako telefon alarmowy. Nie licząc sytuacji wymagających interwencji medycznej, Organizator zapewnia transport uczestników wyłącznie z punktów kontrolnych. Z punktu 1 (Ropki) transport do Krynicy Zdroju, z punktu 2 (Wołowiec) transport do Krynicy Zdroju lub Komańczy, pozostałe punkty transport do Komańczy lub Iwonicza-Zdroju.

Jeśli uczestnik wymaga interwencji służb medycznych lub ratunkowych, powinien w miarę możliwości powiadomić o tym Organizatora na jednym z punktów kontrolnych lub telefonicznie – dzwoniąc pod numer alarmowy.

Każdy uczestnik, widząc innego uczestnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest udzielić mu pomocy w możliwym wymiarze oraz powiadomić telefonicznie (numer alarmowy) Organizatora o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji oraz numerze zawodnika.

W przypadku rezygnacji zawodnik zobowiązany jest do osobistego odbioru pozostawionego depozytu na mecie zawodów. Na mailową prośbę uczestnika istnieje możliwość wysłania nieodebranego depozytu - na koszt odbiorcy.

### **OPŁATA STARTOWA**

Uczestnicy opłacają opłatę startową w wysokości:

**360 PLN**

Za datę płatności uznaje się dzień, w którym na rachunku Organizatora zaksięgowana zostanie pełna kwota lub datę i godzinę dokonania płatności online przez system Blue Media S.A.

#### **Dane do przelewu:**

**Nazwa odbiorcy:** Fundacja Ultra, ul. Parkowa 19 /14, 38 - 400 Krosno

**Numer konta:** 62 1090 2590 0000 0001 4381 7968

**Bank:** Santander Bank Polska S.A.

W tytule przelewu prosimy wpisać: **imię, nazwisko, dystans** (ŁUT 100), np. **"Jan Kowalski, ŁUT 100"**

Nie ma możliwości przekazania pakietu startowego innej osobie. Przepisywanie się pomiędzy trasami będzie możliwe do 29 kwietnia (z dłuższej trasy na krótszą bez zwrotu nadpłaty, z krótszej na dłuższą za dopłatą) i tylko w ramach dostępnych miejsc na danej trasie).

Na życzenie uczestnika istnieje możliwość wystawienia faktury VAT za opłatę startową. Faktury będą wystawiane **WYŁĄCZNIE** w miesiącu zaksięgowania wpłaty, a dane odbiorcy na fakturze muszą być tożsame z danymi wpłacającego. Akceptując Regulamin, uczestnik wyraża zgodę na przesyłanie faktur bez podpisu odbiorcy drogą elektroniczną.

W przypadku wątpliwości prosimy o wcześniejszy kontakt przed dokonaniem płatności.

### **TRANSPORT PRZED I PO BIEGU, DEPOZYTY I PRZEPAKI**

Bilety na transport na start oraz po biegu będą dostępne od 25.04.2021 do 2.05.2021 w sklepie online pod adresem wskazanym przez Organizatora w korespondencji mailowej. Po tym terminie zakup dodatkowego transportu nie będzie możliwy.

Depozyt na metę (maks. 60 litrów) będzie można nadać w biurze zawodów przed startem. Nie przewiduje się dodatkowego depozytu dostępnego na trasie zawodów.

W Iwoniczu-Zdroju depozyty będą wydawane w wyznaczonych miejscach wyłącznie za okazaniem numeru startowego.

Depozyt nieodebrany podczas Zawodów, na prośbę uczestnika wysłaną na adres [kontakt@ultralemkowyna.pl](mailto:kontakt@ultralemkowyna.pl) nie później niż w ciągu 14 dni od zakończenia imprezy, zostanie wysłany kurierem na wskazany przez uczestnika adres. Wszelkie koszty transportu pokrywa uczestnik. Wysyłka depozytów nastąpi najpóźniej w ciągu 30 dni od

zakończenia imprezy. Po tej dacie nieodebrane depozyty zostaną przeznaczone na cele dobroczynne lub zutilizowane.

Szczegółowe godziny i strefy pozostawiania depozytów podane zostaną w komunikacie technicznym.

#### **BIURO ZAWODÓW**

Dokładny adres lokalizacji bazy i biura Zawodów zostanie podany do wiadomości w komunikacie technicznym.

#### **ŚWIADCZENIA**

Organizator w ramach opłaty startowej zapewnia następujące świadczenia:

- bufety na trasie wg rozpiski podanej w komunikacie technicznym
- posiłek regeneracyjny na mecie
- elektroniczny pomiar czasu
- numer startowy
- pamiątkowy medal dla każdego, kto ukończy Zawody
- nagrody dla najlepszych zawodników
- mapa z zaznaczoną trasą Zawodów
- zabezpieczenie medyczne oraz GOPR na trasie
- bilet wstępu do Magurskiego Parku Narodowego
- transport depozytu (max 60 litrów) na metę w Iwoniczu-Zdroju

#### **OCHRONA WIZERUNKU, DANE OSOBOWE**

Warunkiem uczestnictwa w Zawodach jest wyrażenie zgody na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku uczestnika w materiałach dot. Zawodów, tj. w szczególności relacjach z Zawodów oraz materiałach promocyjnych Zawodów oraz materiałach Sponsorów i Partnerów Zawodów.

Warunkiem uczestnictwa w Zawodach jest również wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestnika podanych w formularzu zgłoszeniowym, przez administratora danych osobowych w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r. oraz ogólnego rozporządzenia o ochronie danych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. (RODO), którym jest Fundacja Ultra z siedzibą pod adresem Parkowa 19/14, 38-400 Krosno, w celu i w zakresie niezbędnym do realizacji Zawodów, w tym do publikacji danych uczestnika na listach startowych oraz listach z wynikami oraz przesłania rezultatu uczestnika na wskazany podczas rejestracji nr telefonu.

Uczestnikowi przysługuje prawo żądania dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania oraz wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przeniesienia danych. Podanie danych osobowych i trwająca zgoda na ich przetwarzanie są dobrowolne, jednak konieczne i niezbędne do uczestnictwa w Zawodach.

Dane uczestnika mogą być przekazywane podmiotom współpracującym przy realizacji Zawodów i akcji z nią związanych, na podstawie odpowiednich umów powierzenia, w niezbędnym do tego zakresie. Dotyczy to zwłaszcza podmiotów takich jak: firmy pomiaru czasu, firmy obsługujące płatności elektroniczne, a także Internatiol Trail Running Association, Ultra Cup Poland.

Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji Zawodów.

Uczestnik ma prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych gdy uzna, że przetwarzanie danych osobowych dotyczących uczestnika narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. lub przepisy ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r.

Administrator może przetwarzać dane osobowe w związku z organizacją Zawodów Łemkowyna Ultra-Trail® także we współpracy z innymi osobami, np. wolontariuszami, które to osoby realizują czynności związane z organizacją i przebiegiem Zawodów.

## **REGULACJE DOT. ZAGROŻENIA EPIDEMICZNEGO**

W związku z możliwym zagrożeniem epidemicznym Organizator zastrzega możliwość wprowadzenia stosownej instrukcji sanitarno-epidemiologicznej zgodnej z bieżącymi regulacjami prawnymi, zaleceniami oraz stanem wiedzy medycznej.

O ewentualnym wprowadzeniu Instrukcji oraz jej treści każdy Uczestnik zostanie poinformowany drogą mailową na adres podany przy rejestracji.

W przypadku wprowadzenia Instrukcji Uczestnicy zobowiązani są do jej przestrzegania, a niestosowanie się do jej postanowień zagrożone jest upomnieniem, karą czasową, zakazem wstępu na teren Zawodów lub dyskwalifikacją.

Instrukcja wprowadzać może szereg zmian w organizacji Zawodów, w tym w szczególności:

- nakazy i zakazy dot. zachowania dystansu społecznego, zasłaniania twarzy, dezynfekcji itp.,
- możliwość zmiany procedury startu,
- możliwość zmiany organizacji punktów odżywczych,
- możliwość zmiany organizacji biura zawodów,
- możliwość zmiany harmonogramu zawodów z zachowaniem dat określonych w Regulaminie.

Akceptując niniejszy Regulamin każdy Uczestnik przyjmuje do wiadomości fakt, iż nawet daleko idąca ostrożność oraz przestrzeganie zaleceń sanitarno-epidemiologicznych przez Uczestników oraz Organizatora nie wyklucza możliwości zarażenia chorobami zakaźnymi, a ewentualne roszczenia Uczestników w związku z ewentualnym zarażeniem będą bezzasadne.

## **EWENTUALNE ZMIANY REGULAMINU**

Regulamin został zapisany w wersji polskiej i angielskiej. W przypadku uznania przepisów obu wersji za sprzeczne względem siebie, w mocy pozostają przepisy wersji polskiej.

Zmiany Regulaminu będą publikowane na stronie Zawodów – [www.ultralemkowyna.pl](http://www.ultralemkowyna.pl)

Uczestnicy są zobowiązani do zapoznawania się ze zmianami.

## **ZAŁĄCZNIK NR 1**

### **INSTRUKCJE SANITARNE**

Zawodnicy zobowiązani są do:

- 1) zakrywania ust i nosa podczas pobytu w strefach wzmożonego kontaktu, tj. w szczególności: biuro zawodów, strefy startu, punkty odżywcze, strefa mety, z wyłączeniem konsumpcji w przeznaczonych do tego miejscach oznaczonych przez Organizatora;
- 2) dezynfekcji rąk przed wejściem do stref wzmożonego kontaktu, tj. w szczególności: biuro zawodów, strefy startu, punkty odżywcze, strefa mety;
- 3) zachowania min. 1,5 m odległości od pozostałych zawodników i organizatorów;
- 4) stosowania się do poleceń obsługi zawodów.